**Müzikten Etkilenim Ölçeği**

**Birinci Bölüm**

**1)Cinsiyetiniz**

* Kadın
* Erkek

**2)Yaşınız**

* 12-14
* 14-16
* 17 ve üzeri

**3)Sınıf Seviyesi**

* 9. Sınıf
* 10. Sınıf
* 11. Sınıf
* 12.sınıf
* Üniversite

1. **Hangi Müzik Türünden Etkilenirsiniz?**

* Türk Halk Müziği
* Türk Sanat Müziği
* Yerli-Yabancı Pop
* Caz
* Rap
* Klasik Müzik
* Tasavvuf
* Diğer: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. **Stresli olduğunuzda aşağıdaki seslerden hangisinin veya hangilerinin sizi rahatlatacağını düşünürsünüz?**

* Derenin Sesi
* Kuş Sesi
* Dalga Sesi
* Yanan Odun Çıtırtısı
* Diğer: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**3)Aşağıdaki enstrümanlardan hangisi veya hangileri sizi etkiler?**

* Piyano
* Ney
* Keman
* Yan Flüt
* Bağlama
* Gitar
* Davul
* Diğer: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**İkinci Bölüm**

Aşağıda müziğin üzerinizde bıraktığı etkilere dair ifadelere yer verilmiştir. Lütfen sorularda kendinize en yakın bulduğunuz seçeneği işaretleyin. Seçenekler “kesinlikle katılmıyorum’’, “katılmıyorum’’, “kararsızım’’, ”katılıyorum’’ ve “kesinlikle katılıyorum’’ olarak 1’den 5'e kadar numaralandırılmıştır. 1 "kesinlikle katılmıyorum", 5 ise "kesinlikle katılıyorum" yanıtına karşılık gelmektedir.

**1) Kendimi karamsar hissettiğimde müzikle rahatlamak isterim.**

Kesinlikle katılmıyorum. 1 2 3 4 5 Kesinlikle katılıyorum.

ο ο ο ο ο

**2) Müzik aracılığıyla kaygılarımı hafifletebilirim.**

Kesinlikle katılmıyorum. 1 2 3 4 5 Kesinlikle katılıyorum.

ο ο ο ο ο

**3) Müziğin motivasyonumu artırdığını düşünürüm.**

Kesinlikle katılmıyorum. 1 2 3 4 5 Kesinlikle katılıyorum.

ο ο ο ο ο

**4) Müziğin hafızayı geliştirici etkisinden faydalanırım.**

Kesinlikle katılmıyorum. 1 2 3 4 5 Kesinlikle katılıyorum.

ο ο ο ο ο

**5) Hayal kurarken müzik dinlemekten çok keyif alırım.**

Kesinlikle katılmıyorum. 1 2 3 4 5 Kesinlikle katılıyorum.

ο ο ο ο ο

**6) Müzik ile gevşeyip rahatlayarak, olumsuz duygu ve düşüncelerimden arınabilirim.**

Kesinlikle katılmıyorum. 1 2 3 4 5 Kesinlikle katılıyorum.

ο ο ο ο ο

**7) Korku, üzüntü, keder vb. duygular hissettiğimde müzik dinlerim.**

Kesinlikle katılmıyorum. 1 2 3 4 5 Kesinlikle katılıyorum.

ο ο ο ο ο

**8) Sınav kaygılarımla baş etmek için genellikle müzikten faydalanırım.**

Kesinlikle katılmıyorum. 1 2 3 4 5 Kesinlikle katılıyorum.

ο ο ο ο ο

**9) Müziğin ve seslerin bende yarattığı hormonal etkiyi farkederim.**

Kesinlikle katılmıyorum. 1 2 3 4 5 Kesinlikle katılıyorum.

ο ο ο ο ο

**10) Müzik ve sesler bana ilham vererek neşemi artırır.**

Kesinlikle katılmıyorum. 1 2 3 4 5 Kesinlikle katılıyorum.

ο ο ο ο ο

**11) Müziğin de yardımı ile yaptığım işe daha iyi motive olurum.**

Kesinlikle katılmıyorum. 1 2 3 4 5 Kesinlikle katılıyorum.

ο ο ο ο ο

**12) Müziksel aktiviteler beni mutlu eder.**

Kesinlikle katılmıyorum. 1 2 3 4 5 Kesinlikle katılıyorum.

ο ο ο ο ο

**13) Spor yaparken ve bedensel aktivitelerde müzik bana enerji verir.**

Kesinlikle katılmıyorum. 1 2 3 4 5 Kesinlikle katılıyorum.

ο ο ο ο ο

**14) İç huzurumu müzikle desteklerim.**

Kesinlikle katılmıyorum. 1 2 3 4 5 Kesinlikle katılıyorum.

ο ο ο ο ο

**15) Moralim bozukken müzik dinlemek hoşuma gider.**

Kesinlikle katılmıyorum. 1 2 3 4 5 Kesinlikle katılıyorum.

ο ο ο ο ο

**16) Mutlu olduğum anlarda müzik dinlemek beni daha da keyiflendirir.**

Kesinlikle katılmıyorum. 1 2 3 4 5 Kesinlikle katılıyorum.

ο ο ο ο ο

**17) Müzik seçimimi genellikle ruh halim belirler.**

Kesinlikle katılmıyorum. 1 2 3 4 5 Kesinlikle katılıyorum.

ο ο ο ο ο

**18) Müzik vasıtasıyla tüm sıkıntılarımdan uzaklaşırım.**

Kesinlikle katılmıyorum. 1 2 3 4 5 Kesinlikle katılıyorum.

ο ο ο ο ο

**19) İşitme duyumun gelişmesinde müzikten faydalanırım.**

Kesinlikle katılmıyorum. 1 2 3 4 5 Kesinlikle katılıyorum.

ο ο ο ο ο

**20) Müzik dinlemek-söylemek-çalmak kendimi iyi hissetmemi sağlar.**

Kesinlikle katılmıyorum. 1 2 3 4 5 Kesinlikle katılıyorum.

ο ο ο ο ο

**21) Müzik ruhsal ve bedensel gelişimim için gereklidir.**

Kesinlikle katılmıyorum. 1 2 3 4 5 Kesinlikle katılıyorum.

ο ο ο ο ο

|  |
| --- |
|  |

**Türkçe Kaynak:** Totan, T. (2014), ‘‘Ölçek Geliştirme Kuram ve Uygulamalar ’’, Nobel Yayıncılık, Ankara

**Orijinal Kaynak:** DeVellis, R. F. (2003), ‘‘Scale Development Theory and Applications ’’, Sage Publications, California

**Puanlama Yönergesi**

**Alt boyut ve madde sayısı:** Tek boyutlu ve 21 maddeden oluşmaktadır.

**Ölçeğin bulunan ters maddeler:** Ölçekte ters madde bulunmamaktadır.

**Ölçeğin Değerlendirilmesi:** Ölçekten alınan yüksek puan müzikten etkilenme düzeyinin de yüksek olduğu anlamına gelmektedir.

**Uygulanılacak Örneklem:** 12-20 yaş arası bireyleri kapsamaktadır.

**İzin için iletişim adresi:** gmzuzun8@gmail.com

**Yayın İzni:** Ölçeğin yayınlanmasına izin veriyorum.